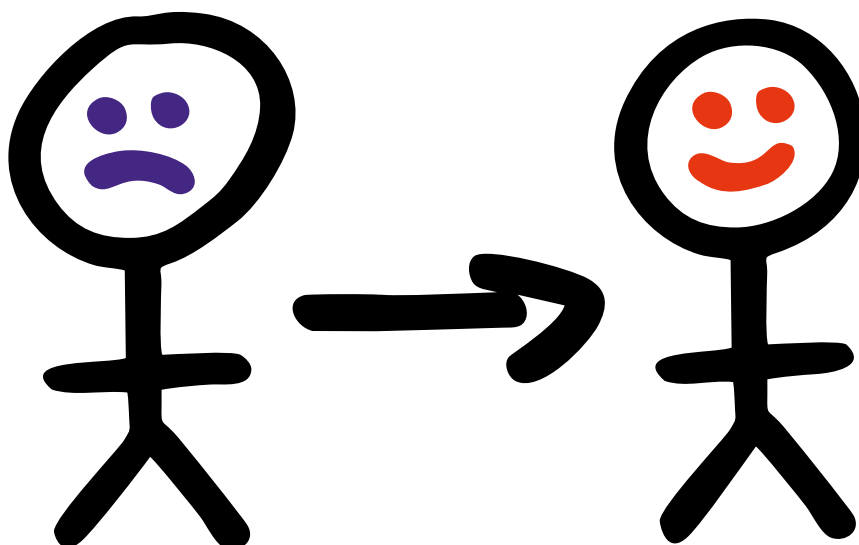


KONEC PROKRASTINACE **NAŽIVO**

Spokojenost, vyrovnanost a odolnost vůči negativním vlivům



„Nejdůležitější v životě je žít pro něco více, než jen vlastní život.“

William James

Optimismus a pesimismus je naučitelný. Smyslem přednášky je předat metody tréninku optimistického životního stylu. Účastníci si odnášejí konkrétní postupy, jak zvládat emočně náročné stresové situace a jak dlouhodobě zvyšovat svoji každodenní spokojenost.

Přednáší **Petr Ludwig**, autor bestselleru **Konec prokrastinace**.

Kdy a kde?

Místo: **Kulturní centrum Lidové sady, Liberec**
Datum: **28.5.2018**
Čas: **18:00 - 20:00**
Vstupné: **300 Kč**

Registrace:

www.konec-prokrastinace.cz